

ابني شديد الخوف..

ماذا أفعل؟

#سلسلة_خطوة

خطوة



الخوف شعور طبيعي عند الأطفال وعند الكبار أيضًا، فهو من المشاعر الإنسانيَّة الجبِلِّيَّة، لكن الأمر قد يكون زائدًا عن حدِّه عند بعض الأطفال، حيث يصبح الطفل يخاف من كلِّ ما حوله حتى من ظِلِّه! وفي هذه الحالة يحتاج الطِّفل إلى علاج سلوكيٍّ، ونفسيٍّ، وتربويٍّ أيضًا!



#سلسلة_خطوة





لا تُهدِّد طفلك بالأشياء المُرعِبة



لا تُهدِّده بالأشياء المُرعِبة التي هي أكبر من سِنِّه بكثير، فلا تقل له: إن لم تسكت فسيأخذك اللصُّ في صندوق، ثم يقتلك! لا تنزل إلى الشَّارع حتى لا يقابلك المجرم ذو الرِّجْل المسلوخة! ولا تسأل عن رُعب الطِّفل حين يتخيَّل أنَّ إنسانًا سيقابله ورجله مسلوخة مثل أفلام الرُّعب!

#سلسلة_خطوة





القصص المرعبة تُنشئ طفلاً رهَّابًا خوَّارًا

لا تحكِ لطفلك قصصًا مُرعِبة، سواء كانت خياليَّة أم واقعيَّة، واعلم أنَّ عقله يتخيَّل تلك المشاهد الدَّمويَّة ويراها في أحلامه، وتُسبِّب له الكوابيس المُزعِجة، فيقوم الطِّفل فزِعًا كالمصروع، فيحزن أبوه ويطلب له الرُّقية، ولو كان الأب مثقفًا في قصصه لكفى ابنَه طلب الرُّقَاة!



#سلسلة_خطوة

خطوة



ما أحوجَ الطِّفل إلى أن يُشبِعه أبوه عاطفيًّا!



ضُمَّ ولدَك إلى صدرك كثيرًا، وامسَحْ على رأسه؛ فإنَّ ذلك يُشعِره بالأمن والطُّمأنينة، قال تعالى لموسى -عليه السلام-: ﴿واضمم إليك جناحك من الرَّهب﴾. (أُمِر -عليه السلام- إذا خاف من شيء أن يضمَّ إليه جناحه من الرَّهب، وهي يده، فإذا فعل ذلك ذهب عنه ما يجده من الخوف). تفسير ابن كثير.

#سلسلة_خطوة



القسوة تضرُّ ولا تنفع

القسوة في التربية والتَّعليم تُنشئ جبانًا!
فـ(مَن كان مرباه بالقهر من المتعلمين حمله على التَّظاهر بغير ما في ضميره؛ خوفًا من انبساط الأيدي بالقهر عليه، وعلَّمه المكر والخديعة لذلك، وصارت له هذه عادةً وخُلُقًا، وفسدت معاني الإنسانيَّة التي له). تاريخ ابن خلدون باختصار.



#سلسلة_خطوة

خطوة

احذر من المبالغة في التَّهديد



لا تُهدِّده بالعقاب الذي لا يُطيقه، فلا تقل له: (إن فعلتَ كذا فسأذبحك، أو إن خرجتَ من الغرفة سأكسر قدميك). أنت تظنُّ أنها مجرد كلمة تهديد لمنع الطِّفل من فعل شيء. لكن الطِّفل يأخذها على محمل الجدِّ، وربما ذهب إلى المطبخ وأخذ السكين وأخفاها؛ خشية أن تأخذها وتذبحه!

#سلسلة_خطوة



لا تكن عاملًا في هدم طفلك نفسيًّا

النَّقد الدَّائم أو القاسي لابنك يغتال ثقته بنفسه؛ ومن ثَمَّ يُصبح شخصًا خوَّارًا جبانًا كثير الحيرة والتردُّد، فازرع ثقته بنفسه بشيء من الثَّناء.

قال الذَّهبي عن البِرزالي -رحمهما اللَّه-: (هو الذي حبَّب إليَّ طلب الحديث؛ فإنَّه رأى خطي، فقال: خطُّك يُشبه خطَّ المحدثين، فأثَّر قولُه فيَّ). البدر الطالع.



#سلسلة_خطوة

خطوة

لا تغمس طفلك في الأحلام والأوهام



لا تنشر في محيط طفلك الأجواء (العفاريـتيَّة) بكثرة الكلام عن العفاريت والشَّياطـين والأعمـال والسِّحر والـمسِّ؛ حتى لا يـشعر الطِّفل أنَّه يعيـش في عالـم الجنِّ، وليس في عـالم الإنـس، ويصير يخاف مِن كلِّ ما حوله؛ لأنَّه يـتوقَّـع أن يخـرج له العفـريت مـن الثَّـلاجة، أو من تحت المنضدة!

#سلسلة_خطوة



لا تُعيِّر طفلك بجُبنه

إذا لاحظــتَ أنَّ ابنك خــوَّاف فلا تتخذ من ذلك سبَّة أو زلَّة تمسكها عليه، وكلما أغضبك شتمتَه: يا خــوَّاف! يا جبان! وأسوأ من ذلك أن تُشجِّع إخوته أو مَن حوله على أن يصفوه بالجُبن!

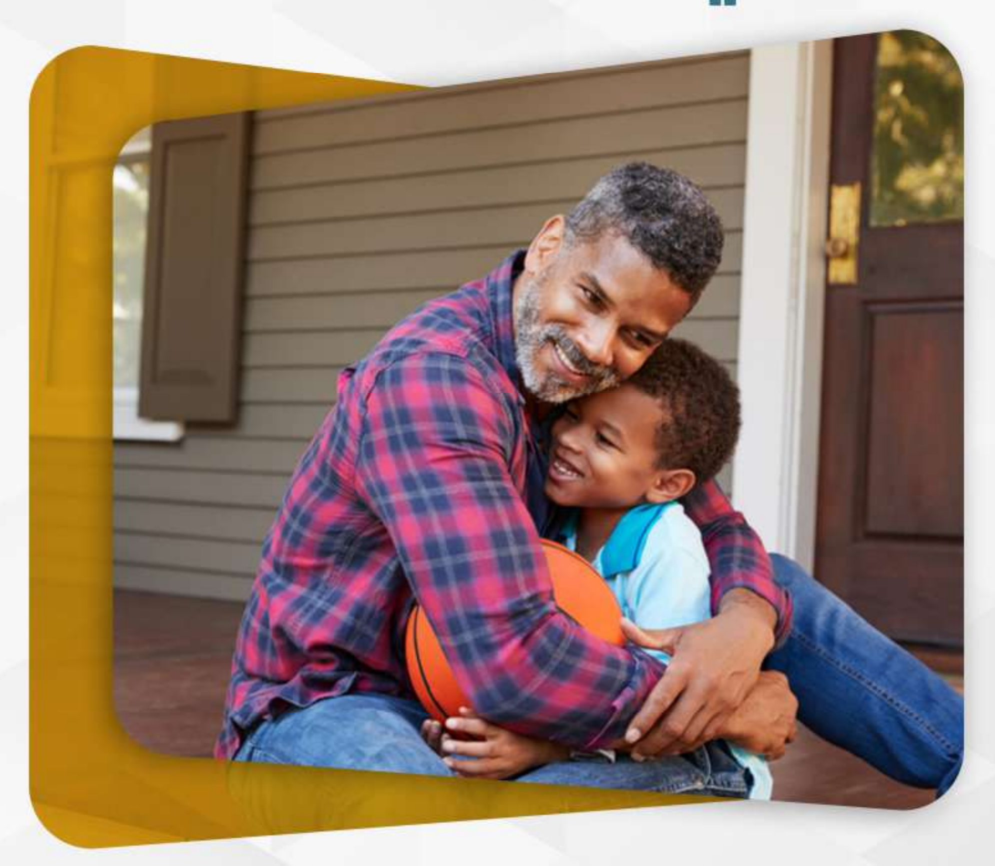
فهذا يجعله يعتقد أنَّه جبان، ثم لا يحاول أن يتخلَّص من هذه الصفة أبدًا؛ لأنَّه يعتقد أنَّه جدير بها!



#سلسلة_خطوة

خطوة

انشر جوَّ الطُّمأنينة في محيط طفلك



كرِّر على مسامعه العبارات الموحية بالطُّمأنينة والسَّكينة، نحو: اطمئن، ما دمتَ مع اللَّه فلا تخف من شيء، أنت في أمان اللَّه، اللَّه يحفظك ويرعاك، قال تعالى في قصة موسى -عليه السلام-: ﴿قالَا ربَّنا إنَّنا نخاف أن يفرط علينا أو أن يطغى * قال لا تخافَا إنَّني معكما أسمع وأرى﴾.

#سلسلة_خطوة

خطوة

وأخيرًا
كُن مصدر أمن وطُمأنينة لطفلك

وأخيرًا

كُن مصدر أمن وطُمأنينة لطفلك، لا مصدر خوف ورعب، وازرع فيه الثِّقة في نفسه بعد التَّوكُّل على ربِّه، وادعُ له بأن يحـــفظه اللَّه ويرعاه، ﴿فاللَّه خيرٌ حافظًا وهو أرحـم الراحـمين﴾ [يوسف:٦٤].





MOHAMED KHATAB